

ENTSPANNEN & WOHLFÜHLEN

*Zu Gast bei Metzlers
im Bregenzerwald.*



Wer inne hält, erhält inneren Halt!

Sie sind eingeladen, in unserem Entspannungs- und Wohlfühlbereich Körper und Seele neu zu begegnen. Frau Ingrid Friedl und Ihr Team beraten Sie gerne, welche Behandlungen zu Ihren Wünschen und Bedürfnissen passen. Fachmännisch begleitet wählen Sie aus der Fülle unserer Angebote.

Wir bieten Ihnen eine feine Auswahl verschiedener Anwendungen, wie Gesichtsbearbeitungen, unterschiedliche Massagen, Körperpackungen und -peelings, Salbungen und Waschungen. Dies hebt Ihre individuelle Schönheit und Ihr Körperbewusstsein und bringt Entspannung und Wohlbefinden.

Unmittelbare Schönheit – das chinesische Gesichtsbad

SPEZIELLE GESICHTS- UND WOHLFÜHLBEHANDLUNG MIT BESONDEREM EFFEKT IN 40 MINUTEN

Der Gesichtsausdruck spiegelt das Befinden des Menschen wider. Entscheidungen und Befindlichkeiten erfolgen aus dem Bauch heraus. So entscheidet jeder Mensch über Sympathie oder Antipathie innerhalb von 30 Sekunden. Um Tiefenentspannung zu erreichen, ist es daher besonders wichtig, den Bauch mit in die Behandlung einzubinden. Beim chinesischen Gesichtsbad wird dem Gast ein warmer, vorbefeuchteter Heusack auf den Bauch gelegt und während der Behandlung mit einem Wärmeträger warm gehalten. Das verleiht Wohlgefühl, Verspannungen werden gelöst und im gesamten Bauchraum werden die Durchblutung und der Stoffwechsel angeregt. Nach dieser »Erstversorgung« erfolgen tiefgreifende, streichende Akupressurgriffe auf Gesicht und Dekolleté. Der Einsatz hochwertiger, einzigartiger Produktkombinationen macht diese Gesichtsbearbeitung komplett. Tiefenentspannung, frische und eine straffe, glatte, strahlende Haut in nur 40 Minuten begeistern den Gast.

40 Min.

Thalassa Vita® – das sichtbar gewordene Gefühl

FÜR GESICHT, DEKOLLETÉ UND HANDRÜCKEN

Meeresalgenbehandlung für Sie

Die Gesichtsbearbeitung mit Thalassa Vita® aktiviert die müden Hautzellen, trockene Haut und erste Kaiserfältchen an Hals und Dekolleté werden durch die Behandlung gemildert, die Haut entschlackt. Die Behandlung mit Thalassa Vita® verfeinert das Hautbild und lässt die Haut glatter und straffer erscheinen. Beanspruchte Hände fühlen sich wieder zart und gepflegt an und erscheinen sichtbar jünger. Die Algen werden für die Anwendung in Wasser mit Meersalz aus dem Atlantik eingeweicht. Je nach gewünschter Wirkung, ob entschlackend, hautpflegend oder



feuchtigkeitsspendend wird auf die Haut ein entsprechendes Präparat aufgetragen. Darüber werden die aufbereiteten Algen gelegt und mit Spezialfolie abgedeckt. Milde Sonnenbestrahlung kann die Wirkung der Anwendung noch verstärken.

50 Min.

Thalassa Vita® Gesichtsbehandlung für Ihn

Die Haut im Bereich von Wangen, Kinn und Hals ist durch die tägliche Rasur oft rau und empfindlich. Bei der Thalassa Vita® Algenbehandlung wird die Haut intensiv mit Feuchtigkeit versorgt. Sie wird sichtbar und spürbar glatter und auch weniger empfindlich. Gönnen Sie sich dieses einmalige Erlebnis von Frische und Wohlgefühl. Genießen Sie die spannende Behandlung und fühlen Sie die sichtbar erholte, gepflegte Haut.

40 Min.

Steinbehandlung

MIT WARMEN BASALTSTEINEN, KÜHLEN MARMORSTEINEN UND HOCHWERTIGEN, WARMEN ÖLEN

Diese Anwendung wurde schon in längst vergangenen Kulturen eingesetzt. Sie dient dazu, eine vollkommene Entspannung auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene zu bieten. La Stone® ist die Verschmelzung von wechselnden Temperaturen, Körperbehandlung und Energieausgleich. Mit warmen und kühlen Steinen wird am Körper massiert und entlang der Energiezentren werden Steine aufgelegt. Eine stimulierende, ausgleichende Ölmischung entfaltet in Kombination mit den Steinen die besondere Wirkung. Dabei macht sich innerhalb weniger Minuten eine angenehme Entspannung breit. Durch spezielle Massagegriffe und klopfende und wolkende Bewegungen werden Verspannungen gelockert und gelöst.

La Stone® reinigt und stärkt den Körper und das Immunsystem, aktiviert die Selbstheilung, ist Energiearbeit und Schonzeit für die Seele.

80 Min.

Handwaschung mit Rosencreme-Peel

Eine wunderbare Behandlung zu Beginn oder zum Abschluss Ihres Aufenthaltes in unserem Haus. Sie reichen uns die Hand, wir pflegen, salben und verwöhnen sie.

Der Gast gibt seine Hände in die Schale und verweilt gut 10 Min. Das Handpflegebad und die reichhaltigen Wirkstoffe der Ziegenmilch verwöhnen die Haut und machen die Hände zart. Danach werden Hände und Unterarme mit einem Peel aus Bolus Alba und Rosenblütengemisch sanft massiert. Nach dem Abspülen werden auf Hände und Arme Handziegenbuttercreme aufgetragen und einmassiert. Mit einer feuchten, warmen Kompresse entspannt der Gast. Dieses Handbad wirkt mineralisierend, entschlackend, feuchtigkeitsspendend, nährend, pflegend und hautbildverfeinernd.

Das Rosencreme-Peel ist auch als Ganzkörperpeeling herrlich, angenehm und sehr empfehlenswert!

30 Min.



Fußwaschung mit Lavendel-Tabakpeel

Leichter durch's Leben gehen! Fußwaschungen werden in vielen Kulturkreisen nicht nur als Reinigung, sondern vor allem als Art des Dienens und Gebens zelebriert.

Der Gast gibt seine Füße in die Schale mit dem Kräutersud und verweilt gut 10 Min. Danach werden Füße und Beine mit Bolus Alba bestrichen. Das Tabakblütengemisch darüber gestreut und sanft durchgepeelt. Nach dem Abspülen werden die Füße mit frischem Mint-Öl massiert und mit warmer Kompresse entspannt der Gast. Diese sanfte Fußwaschung wirkt entschlackend, mineralisierend und durchblutungsfördernd, weiters feuchtigkeits spendend, nährend, pflegend, hautbildverfeinernd und wärmend.

30 Min.

Körperpeelings – auf unserer warmen Hamamliege

IDEAL FÜR DIE SCHNELLE RÜCKFETTUNG NACH ENTSCHLACKENDEN, SORPTIVEN BEHANDLUNGEN WIE SEIFENBÜRSTENMASSAGE, HEILERDE, HEU, SAUNABESUCHEN ...

Salzölpeel

Das Salzölpeeling wirkt ausgleichend, rückfettend, pflegend, regulierend und zieht schnell in die Haut ein. Danach wird der Gast in ein Vlies oder Handtuch gehüllt. So hat das Öl Zeit einzuziehen. Empfehlenswert auch bei Neurodermitis und Psoriasis im Intervall (nicht während des Akutschubs).

20 Min.

Bolus-Alba mit unterschiedlichen Medien, je nach Hauttyp

Sanfte Peel-Bewegungen mit der Mischung aus Bolus-Alba, einer wertvollen Ölkomposition und den unterschiedlichen Medien je nach Hauttyp, reinigen, entschlacken und entgiften die Haut von Ablagerungen des Alltags, die Haut kann wieder atmen.

25 Min.

Bolus-Alba »enzymatische Erde Natur«: Für jeden Hauttyp

Bolus-Alba Rotwein-Peel: Für jeden Hauttyp – ideal bei fahler, müder Haut

Bolus-Alba mit Ziegenmilch: Für jeden Hauttyp – ideal bei trockener und empfindlicher Haut

Spirulina Weißwein-Peel: Für jeden Hauttyp – ideal für reife Haut

Alpenkräuter-Peel: Für jeden Hauttyp – belebend, ausgleichend



Hochwertige Anwendungen in der Soft-Pack-Liege

Das Baderlebnis, das im wahrsten Sinne unter die Haut geht. Wärme und Kostbarkeiten der Erde, die pflegen und heilen. Sie liegen auf einer angenehmen, vorgewärmten Liege und werden je nach Wunschbad eingecremt, gesalbt, in warme Tücher gehüllt und in ein Wasserbett eingelassen. Das Gefühl von Schwerelosigkeit und völlige Entspannung der Muskulatur und des Stützapparates sind die angenehme Folge. Heilerde, Heilkräuter, hochwertige Cremes und Öle dringen in die Haut ein und durch Wärme, sanften Wasserdruck und eine Spezialfolie können sich deren Wirkstoffe optimal entfalten. Der ganze Körper und die Haut, unser größtes Organ, regenerieren, entspannen, und bauen auf.

Heubad von Bregenzerwälder Alpenwiesen

Heubäder weisen eine speziell kraftvolle Zusammensetzung von Blüten und Gräsern auf. Daraus ergibt sich eine besonders hohe Ausbeute an ätherischen Ölen. Sehr wirksam bei rheumatischen Beschwerden, Verspannungen, z. B. nach einer langen Wanderung, an stillen Regentagen ... Das Heubad wirkt belebend, stark entschlackend, entwässernd, steigert körpereigene Abwehrkräfte und aktiviert Ihre Energie mit Kräuterkraft. Der Duft frisch gemähter Alpenwiesen belebt Ihre Sinne, Ihren Geist.

Da diese Behandlung die Photosensibilität (erhöhte Neigung zu Sonnenbrand!) erhöht, möchten wir den Gast darauf hinweisen, dass er **nur im Vorfeld** einen Sauna- oder Solariumbesuch wahrnehmen sollte. Bei Venenproblemen bietet sich hierzu ein Teilheubad an, ideal kombiniert mit einer Lehm- und Roskastanienpackung als Kaltanwendung.

40 Min.

Ziegenbutter-Cremebad

IDEAL AUCH FÜR REIFE HAUT UND FÜR KINDER!

Die einzigartige Eigenschaft der Ziegenbutter hat eine zellaufbauende und zellerneuernde Wirkung. Sie schützt so die Hautzellen vor zahlreichen Risikofaktoren. Dieses herrliche Pflegebad wirkt stark rückfettend, beruhigend und ausgleichend. Ein Genuss für alle, die eine makellose Haut erlangen und behalten möchten.

Das besondere Fettspektrum der Ziegenbutter und Ziegenmilch ist Garant für die Zuführung wichtiger Mineralien, Vitamine und Feuchtigkeitsfaktoren. Die hochwertigen Öle verleihen der gesamten Haut eine Weichheit, die jedes Alter vergessen lässt. Linol und Linolsäuren runden die Anwendung für eine optimale Hautpflege ab. Ein Bad, das sich bisher nur Göttinnen auf dem Olymp gönnten.

40 Min.



Nachtkerzenöl-Cremebad

SEHR EMPFEHLENSWERT FÜR REIFE HAUT

Das hydratisierende und rückfettende Nachtkerzenöl-Cremebad stellt eine Spezialbehandlung aus der klinischen Dermatologie dar. Der hohe Anteil an Gamma-Lineolsäuren macht diese bei vielen Hautirritationen wirksam, z. B. bei Schuppenflechte und Neurodermitis. Nachtkerzenöl wirkt dem Alterungsprozess der Haut entgegen, ist zellaktivierend, zellwandfestigend, belebend und zugleich sehr stark rückfettend und feuchtigkeitsspendend.

Die Essenz, eine Haut weich, glatt, genährt, eine Haut zum Verlieben!

40 Min.

Moorpackung

Eine Moorbehandlung ist ideal bei rheumatischen und gynäkologischen Beschwerden und zur Harmonisierung und Muskellockerung. Moor wirkt antiphlogistisch, stoffwechselaktivierend, durchblutungsfördernd, muskellockernd und entkrampfend. Bei der Mooranwendung handelt es sich um eine bewährte und sehr wirksame Wärmetherapie. Da diese Behandlung die Photosensibilität (erhöhte Neigung zu Sonnenbrand!) erhöht, weisen wir den Gast darauf hin, dass er nur im Vorfeld einen Sauna- oder Solariumbesuch wahrnehmen soll. Zur Nachpflege bietet sich Duschen mit einem Salzölsäckchen an und nach einer Ruhezeit ein hautberuhigendes Ziegenbuttercremebad.

40 Min.

Algenentschlackungspackung – Schätze aus dem Meer

EMPFEHLENSWERT BEI ARTHROSE, ARTHRITIS, GICHT ... UND EINFACH ZUR PFLEGE!

Hier stehen die Kräfte des Meeres im Mittelpunkt. Verschiedenste Algen für Packungen, Bäder und Gesichtsbehandlungen, aber auch natürliches Meersalz kommen in der Thalassotherapie zur Anwendung. Das enthaltene Jod, Mineralien und Spurenelemente sorgen für einen angelegten Stoffwechsel, helfen bei Entschlackung, Entgiftung und Gewebestraffung und tragen allgemein zur Entspannung und Regeneration bei. Das verbesserte Hautbild bei Zellulite ist natürlich ein besonderes Plus!

40 Min.

Rotwein-Creme mit Rosskastanie

IDEALE ANWENDUNG BEI MÜDER, FAHLER, REIFER HAUT

Dieses hochwertige Bad wirkt durchblutungsfördernd und gefäßstärkend, entzündungshemmend, hautbildverfeinernd, zellwandfestigend und regenerierend, beruhigend, harmonisierend und ausgleichend. Diese Anwendung ist reich an Polyphenolen, welche allergie- und entzün-



ungshemmend und modulierend auf das Immunsystem wirken. Diese Anwendung wirkt herrlich prickelnd, erfrischend und wohltuend auf der Haut. Das Hautbild wird verfeinert, gut durchblutet und frisch.

40 Min.

Molke-Bad – für eine gesunde Haut

Dieses herrliche Bad aus unserer Region wirkt angenehm pflegend, beruhigend und hautbildverfeinernd. Durch das Molkebad wird die Haut nicht nur geschmeidig, sondern auch ausreichend mit Milchfett versorgt. In warme Tücher gehüllt entschlacken Sie Ihren Körper und fühlen volle Entspannung.

40 Min.

Kräutersud-Aromabad

IDEAL AUCH FÜR MÄNNERHAUT!

Dieses Kräutersudbad hat eine durchblutungsanregende, ausgleichende, wohltuende und stimmungsaufhellende Wirkung. Gleichzeitig erhalten Sie eine angenehm rückgefettete und gepflegte Haut. Da diese Behandlung die Photosensibilität (erhöhte Neigung zu Sonnenbrand!) erhöht, möchten wir Sie darauf hinweisen, dass Sie nur im Vorfeld einen Sauna- oder Solariumbesuch wahrnehmen sollten.

40 Min.

Kühle Beine für flotte Sohlen

Diese Packung aus Lehmpulver, gemahlener Rosskastanie, Olivenöl und Pfefferminzöl hat eine kühlende und venenstärkende Funktion. Wirkt Wasseransammlungen im Gewebe entgegen- und ist wie eine Erlösung bei müden, schweren und schmerzenden Beinen. Kombiniert mit allen angeführten Bädern ...

30 Min.

Seifenbürsten-Massage – befreit vom Alltag

Der Gast ist umhüllt von herrlich weichem Seifenschaum, hergestellt nach alter, orientalischer Badekultur mit erwärmter, handgeschöpfter Seife mit Olivenöl. Die wohltuende Massage mit einem Sisalnest ermöglicht ein umfassendes Peeling auf der wohligen warmen Hamamliege. Mit einem kühlen Nacken- und Stirnguss wird das Zeremoniell beendet. Der Körper wird gereinigt, die Durchblutung gefördert und die Haut erstrahlt in neuer Frische. In der Nachbehandlung wird mit einem sanften Fruchtsäure- oder Salzlösel die Haut erweicht und geölt.

Ein komplexes, sehr attraktives, unvergessliches Badezeremoniell, bei dem sich der Gast rundum wohl fühlt in seiner Haut.

30 Min.



Massage

Klassische Rücken- und Nackenmassage

In die Tiefe gehen, loslassen, den Alltag hinter sich lassen
Bei Verspannungen der Rücken- und Schulterregion,
Spannungskopfschmerz

30 Min.

Vollmassage

Bei Verspannungen an Armen und Beinen – Rücken und Nacken

45 Min.

Lymphdrainage

Den Fluss des Lebens zulassen
Bei Stauungen an Armen und Beinen –
Stauung im Gesicht

30 Min.

45 Min.

SAM / APM = Spannungs-Ausgleichsmassage

Durch gezielte Energieverlagerung werden
Energieflusströmungen harmonisiert

45 Min.

Tao Massage

Die Freude ins Leben lassen
Leber- und Gallenmassage

45 Min.

Fussreflexzonenmassage

nach Ingham-Marquart

30 Min.

45 Min.

Wohlfühlmassage

Mit herrlichen warmen, für Sie abgestimmten
Ölkompositionen bei Verspannungen, Kopfschmerz
und einfach zum Wohlfühlen

30 Min.

45 Min.

Unser Anwendungsbereich steht Ihnen von Montag bis Samstag von 14.00 bis 19.00 Uhr zur Verfügung. Termine außerhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung.
Terminabsprache mit Frau Friedl oder direkt an der Rezeption.
Wir bitten um Verständnis, dass wir bei Nichteinhaltung gebuchter Anwendungen die angefallenen Kosten verrechnen müssen.